

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

_____ А.А Крамер

МЕНЮ

НА 02 октября 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Омлет натуральный с зеленым горошком	200/34/200/34	295,50/296,92	07.00- 08.00
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	
Какао с молоком	200/200	126,80/134,57	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Сок	205/205	101,52/101,51	
Итого за прием пищи:		706,18/738,97	
Обед			
Салат из свежих помидоров	100/100	90,81/90,15	12.00 - -14.00.
Борщ с картофелем	200/200	162,90/156,07	
Гуляш	100/100	234,02/224,97	
Каша пшеничная рассыпчатая	150/200	183,67/183,67	
Компот из сухофруктов	200/200	89,64/89,64	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Итого за прием пищи:		1079,68/1194,78	
Полдник			
Банан	285/285	273,68/273,77	09.30
Йогурт 2,5%	200/200	102,61/102,61	-16.20.
Итого за прием пищи:		377,27/377,37	
Ужин			
Булочка домашняя	100/100	342,30/372,09	17.00. - - 17.30
Тефтели	75/75	273,89/272,61	
Картофель запеченный	180/200	238,23/284,92	
Чай с сахаром	200/15	38,14/40,37	
Хлеб пшеничный	50/80	106,57/170,51	
Итого за прием пищи:		1003,02/1188,03	
Всего за день		3166,15/3499,15	

Медицинская сестра

А. Г. Самокрутова